

**Veljeni lähti piiriin tinttan tanttan tallallei:
musiikkiterapeuttiset menetelmät vuorovaikutuksessa**

Leena Nuutila

Musiikkiterapian kandidaatintutkielma
Syyslukukausi 2021
Musiikin, taiteen ja kulttuurin tutkimuksen laitos
Jyväskylän yliopisto

TIIVISTELMÄ

Nuutila, Leena. 2021. Veljeni lähti piiriin tinttan tanttan tallallei: musiikkiterapeuttiset menetelmät vuorovaikutuksessa. Musiikkiterapian kandidaatin-tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Musiikin, taiteen ja kulttuurin tutkimuksen laitos. 38 sivua.

Kehitysvammaisuus tarkoittaa vaikeutta oppia ja ymmärtää uusia asioita. Usein kehitysvammaisuuteen liittyy myös sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kommunikoinnin haasteet. Tutkimuksen tarkoituksena oli ymmärtää syvällisemmin, millaista hyvä arvostava kohtaaminen ja vuorovaikutus kehitysvammaisen kanssa voi onnistuessaan olla.

Tutkimus toteutettiin laadullisena tapaustutkimuksena, jonka aineisto kerättiin havainnoimalla yhtä kehitysvammaista aikuista viiden eri musiikki-tuokion yhteydessä. Musiikkituokioihin sisältyi erilaisten musiikkiterapian menetelmien hyödyntäminen ja soveltaminen vuorovaikutustaitojen kehittämisessä ja toisaalta niiden käyttömahdollisuuksien arviointia erityisesti kehitysvammaisen aikuisen arjessa. Jokaisen musiikkituokion yhteydessä pidettiin päiväkirjaa, johon koottiin näkemyksiä musiikkituokiossa tehdyistä havainnoista. Musiikkituokion yhteydessä pidettiin myös reflektointikeskustelut. Aineisto analysoitiin teemoittamalla. Palautekeskustelujen aineistosta ja havainnoinnista nousi esiin seuraavat teemat: vuorovaikutuksellinen, tunteita ilmentävä sekä muisteluun liittyvä.

Tutkimuksessa pyrittiin selvittämään myös, voiko musiikki toimia esimerkiksi yhtenä vuorovaikutusta tukevana kuntoutusmenetelmänä ja kehitysvammaisen kommunikaation tukena. Kunkin musiikkituokion osalta nähtiin onnistumisen iloa ja oivalluksia musiikkituokioiden toteuttamisessa ja musiikin toimivuudesta vuorovaikutus- ja kommunikaatiotaitojen tukena. Kaiken kaikkiaan tutkimuksen perusteella nähdään, että kohtaamisessa on hyvä olla elementtejä ainakin aidosta vuorovaikutuksesta, tunteista sekä muisteluista.

Asiasanat: musiikkiterapia, kehitysvammaisuus, vuorovaikutus

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ	2
1 JOHDANTO	4
2 KEHITYSVAMMAISUUDEN MÄÄRITTELYÄ	5
3 MUSIIKKITERAPIA JA VUOROVAIKUTUS	7
3.1 Musiikkiterapia	7
3.2 Musiikkiterapia kehitysvammaiselle	9
3.3 Tunteet ja vuorovaikutus.....	11
4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	14
4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset.....	14
4.2 Tutkimuksen lähestymistapa	14
4.3 Tutkimukseen osallistujat ja tutkimuksen kulku	17
4.3.1 Musiikkituokiot	17
4.3.2 Havainnointi	20
4.3.3 Palautekeskustelut	21
4.4 Aineiston analyysi.....	22
5 TULOKSET	23
6 POHDINTA	27
6.1 Johtopäätökset	27
6.2 Tutkimusprosessin eettisyys ja luotettavuus	29
6.3 Pohdinta jatkoa varten	31
LÄHTEET	33
LIITTEET	37

1 JOHDANTO

Musiikkia on usein kuvattu tunteiden peiliksi, jonka avulla voi palata menneisiin aikoihin tai muistoihin. Musiikin kuuntelulla on todettu olevan myös terapeuttisia vaikutuksia. Tästä syystä musiikkia käytetään paljon juuri erilaisten tunnetilojen kohtaamiseen sekä stressioireiden lievittämiseen. On melko haastava tehtävä määritellä, miten musiikki koetaan, miten sitä voidaan tulkita, miten musiikkia käytetään ja mihin se voi vaikuttaa. Musiikin sanotaan olevan ”tunteiden tulkki” eli sanatonta vuorovaikutusta. Vuorovaikutus onkin enemmän kuin kyky ilmaista itseään puheella tai puhetta tukevia ja korvaavia menetelmiä käyttäen. Se on sekä halua että kykyä olla yhteydessä toisiin ihmisiin ja kanssakäymisessä heidän kanssaan. (Saukko 2008)

Tutkimuksessani havainnoin aikuista kehitysvammaista veljeäni viiden erillisen musiikkituokion yhteydessä. Musiikkiterapian erilaisten menetelmien avulla pyrin tukemaan hänen vuorovaikutustaitojaan näiden turvallisten musiikkillisten tuokioiden merkeissä. Olen sisällyttänyt työhöni taustoitusta kehitysvammaisuudesta, sillä uskon, että aihepiiri ei välttämättä ole kaikille aivan tuttu. Työssäni olen halunnut myös selvittää musiikkiterapiaa käsitteenä, sillä mielestäni on hyödyllistä, että taustalla vaikuttavia teorioita ymmärrettäisiin hieman syvemmin. Tutkimuksen tarkoituksena on ymmärtää syvällisemmin, millaista hyvä arvostava kohtaaminen ja vuorovaikutus kehitysvammaisen kanssa voi onnistuessaan olla.

Tutkimuksessani käyn ensin luvussa 2 läpi kehitysvammaisuuden määrittelyä ja sen jälkeen luvussa 3 musiikkiterapian menetelmiä ja vuorovaikutusta. Luvussa 4 selvitän tutkimuksen menetelmiä, aineistoa ja analyysia. Luvuissa 5 ja 6 käyn läpi ja pohdin tutkimuksen tuloksia.

2 KEHITYSVAMMAISUUDEN MÄÄRITTELYÄ

Kehitysvammainen on henkilö, jonka kehitys tai psyykinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi. Kehitysvammaisuus tarkoittaa hermoston vammoja tai vaurioita, joista merkittävin ryhmä on hermoston sairaudet, joita nimitetään hermoston kehityshäiriöiksi. Näihin hermostollisiin häiriöihin liittyy usein kognitiivisten toimintojen vajavuutta. Puutteellinen kehitys voi näkyä kehitysiässä ilmaantuvissa taidoissa (kognitiiviset, kielelliset, motoriset ja sosiaaliset taidot). Älyllinen kehitysvamma voi esiintyä yksinään tai yhdessä minkä tahansa fyysisen tai psyykkisen tilan kanssa (WHO: ICD-10).

Kehitysvammaisuus tarkoittaa vaikeutta oppia ja ymmärtää uusia asioita. Kehitysvammaisen henkilön on vaikeampi soveltaa aiemmin oppimaansa uusissa tilanteissa ja itsenäisesti hallita elämäänsä. (Lehikoinen 2020) Oppimisvaikeuksien, käyttäytymisen ja kommunikoinnin vaikeuksien lisäksi vaikeasti kehitysvammaisilla henkilöillä ilmenee usein haasteita sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Kehitysvamma voi olla asteeltaan syvä, vaikea, keskivaikea tai lievä. Kehitysvammaisilla voi myös olla muita kehityshäiriöitä, jotka vaikeuttavat esimerkiksi puheen tuottamista, liikkumista tai vuorovaikutustaitoja.

Kehitysvammaisilla on usein kommunikaatiovaikeuksia tai puhekykyä ei kehity lainkaan tai se jää vähäiseksi. Myöskin ele- ja ilmekieli voivat olla puutteellisia ja puhutun kielen ymmärtäminen voi tuottaa eriasteisia vaikeuksia. Jokaiselle kehitysvammaiselle tulisikin löytää mahdollisimman varhaisessa vaiheessa oikea yksilöllinen puhetta tukeva tai korvaava kommunikaatiokeino. Näistä esimerkkejä ovat esineet, kuvat, aakkostaulut, kommunikaatiokansiot tai kommunikaattori.

Monet kehitysvammaiset omaavat myös autismiin liittyviä piirteitä, jotka voivat ilmetä käyttäytymisen moninaisina muotoina. Autismin piirteitä omaavilla kehitysvammaisilla voi ilmetä yli- tai aliherkkyyttä valoille, kosketukselle, kivulle, lämpötiloille, hajuille, mauille tai muille aistiärsykkeille. Muita erityisiä piirteitä voivat olla liiallinen tai alentunut aktiivisuus, unihäiriöt, syömishäiriöt

sekä itseä vahingoittava käyttäytyminen. (Kaski ym. 2012, 149) Autismi on neurologisen kehityksen häiriöön perustuva oireyhtymä, joka ilmenee ja arvioidaan käyttäytymisen perusteella. Autismin kirjoon sisältyy hyvin erilaisia oireyhtymiä, joissa älyllinen ja toiminnallinen taso sekä kapasiteetti voivat vaihdella paljonkin. Autismin kirjoa yhdistäviä oireita ovat muun muassa sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kommunikoinnin haasteet, poikkeavat käyttäytymisen muodot sekä aistimusten herkkyyks ja erilaisuus. (Kerola ym. 2009, 23.)

Kehitysvammaisuutta voidaan määritellä erilaisista näkökulmista. Näkökulmat ovat lääketieteellinen, toimintakykylähtöinen tai sosiaalinen. Sosiaalisesta näkökulmasta kehitysvammaisuus määrittyy suhteessa yhteiskunnan esteisiin ja asenteisiin. Kehitysvamman määrittelyyn vaikuttavat kulttuuri ja kulttuuriset asenteet vammaisuutta kohtaan. Lisäksi vammaisuuteen vaikuttaa henkilön oma subjektiivinen kokemus henkilökohtaisesta tilanteestaan. Vammaispoliittiset ohjelmat ja linjaukset perustuvat tähän näkökulmaan. Tavoitteena on saada vammaiselle henkilölle sellainen tuki ja apuvälineistö, jotta hän voi toimia yhteiskunnan aktiivisena jäsenenä ja olla osa valtavirtaa. Monesti kysymys on oikeanlaisen soveltuvan kommunikaatiotavan löytämisestä. Vaikeastikin kehitysvammaiset henkilöt yleensä pystyvät tekemään omaa elämäänsä koskevia päätöksiä, jos heille tarjotaan siihen oikeat välineet. Siten vammaisuutta määrittelee pitkälti se sosiaalinen ja kulttuurinen ympäristö, jossa vammaiseksi määritellyn ihmisen elinympäristö. (Vernerinet 2021)

Kehitysvammaisten kuntoutukselle on ominaista, että ohjausta ja tukea voidaan tarvita hyvinkin laaja-alaisesti monella eri osa-alueella. Tällöin on tärkeää tunnistaa, millä toimintakyvyn osa-alueilla edistyminen olisi kehitysvammaiselle itselleen mielekkään ja hyvän elämän kannalta merkityksellisintä (Koivikko & Autti-Rämö 2006). Hyvän elämän kriteereiden saaminen selville häneltä itseltään tai niiden määrittäminen hänen puolestaan ovat molemmat eettisesti ja ammatillisesti haastavia tehtäviä.

3 MUSIIKKITERAPIA JA VUOROVAIKUTUS

Tässä luvussa kuvaan musiikkiterapian merkitystä ihmisten väliseen vuorovaikutukseen. Musiikkiterapian tarkoituksena on ennaltaehkäisy, kuntoutuksen ja hoidon kautta kehittää tai palauttaa yksilön kyky saavuttaa tasapaino sekä sisäisesti että ihmissuhteissa – tämä mahdollistaa samalla myös elämän laadun parantamisen. (Ahonen-Eerikäinen 1999). Musiikkiterapian tavoitteita voivat olla mm. vuorovaikutustaitojen, kommunikaation ja itseilmaisun kehittäminen, opimisedellytysten ja kognitiivisten toimintojen kehittäminen, kehonhahmotuksen ja -hallinnan harjaannuttaminen, tunne-elämän selkiinnyttäminen ja persoonallisuuden kehityksen tukeminen. Musiikkiterapiaa voidaan myös hyödyntää puhetta tukevana tai korvaavana menetelmänä ja saada näin aikaan mielekästä terapeutista vuorovaikutusta. (Erkkilä & Rissanen 2008) Musiikkiterapiassa vuorovaikutuksella onkin tärkeä merkitys, niin kuin muissakin terapiaprosesseissa, mutta myös itse musiikin merkitys on huomattava.

3.1 Musiikkiterapia

Musiikkiterapialla tarkoitetaan musiikin eri elementtejä (kuten rytmiä, harmoniaa, melodiaa tai äänensävyä) hyödyntävää toimintaa hoidollisten tai kuntouttavien tavoitteiden saavuttamiseksi. Musiikkiterapia tieteenalana on kiinnostunut musiikin hoitavista, psykologisista ja fysiologisista vaikutuksista. (Suomen musiikkiterapiayhdistys 2017) Musiikkiterapian menetelminä käytetään musiikin kuuntelua, laulamista, soittamista, improvisointia ja fysioakustista hoitoa. Päämenetelmiksi luetellaan soittaminen, laulaminen ja musiikin kuuntelu. Musiikkiin voidaan myös tuoda mukaan mielikuvatyöskentelyä. (Bojner-Horwitz & Bojner 2007) Yhteinen toiminta (kuuntelu, tasapuolinen osallistuminen ja keskinäinen arvostus) rakentaa luottamusta eri osapuolten välille. (Mönkkönen 2001).

Musiikki rauhoittaa mieltä, vie ajatuksia muualle ja samalla rentouttaa koko kehoa. Se voi auttaa myös jäsentämään ajatuksia ja irtautumaan todellisuudesta hetkeksi muualle. Kun keho ja mieli ovat rentoutuneessa tilassa, niin myös erilaiset negatiiviset tuntemukset kuten jännitys, ärtyneisyys, ahdistuksen tunteet sekä suru vähenevät. Tämän seurauksena myös jaksaminen ja mieliala kohenee. Musiikkia kuunneltaessa keskushermostosta vapautuu mielihyvähormoneja. Musiikki lisää hyvänolon tunnetta endorfiinien vapautuessa. Näin musiikin kuunteleminen ja soittaminen aiheuttavat aivoissa fyysistä reaktiota ja aktiivointia. (Ahonen 2000, 54.)

Mikä sitten katsotaan olevan terapiaa ja mikä terapeutista toimintaa? Toinen seikka on musiikin harrastaminen, joka mahdollistaa harrastajalle erilaisia elämyksiä ja nautintoja. Ammatillisen koulutuksen saanut musiikkiterapeutti antaa terapeutin tehtävään oikeutuksen, mutta musiikkia terapeuttisesti voi tuottaa ja mahdollistaa kuka tahansa asiasta innostunut henkilö. (Ahonen 2000)

Musiikilla on symbolinen luonne, koska sillä on itsensä ulkopuolelle viittaava niin kutsuttu ulkomusiikillinen merkitys. Musiikki on sidoksissa ihmisen elämäntapaan. Musiikki voi nostaa esille elämästä tärkeitä tapahtumia. On mahdollista, että joitain elämän kulkuun liittyvistä tapahtumista ei pystyittäisi palauttamaan mieleen ilman musiikkia. (Lehtonen 2011, 83.) Mieluisat musiikkikokemukset ja musiikkiin liittyvät reaktiot kuvailevat ihmisen ajattelusta ja tunne-elämästä. Tärkeäksi koettuun musiikkiin liittyy usein itselle henkilökohtaisesti tärkeitä läheisiä ihmisiä ja vuorovaikutustilanteita, sekä kokemuksia ja asioita, joista musiikki muistuttaa. (Lehtonen 2011, 82–83.)

Musiikin herättämät mielikuvat ja assosiaatiot ovat tärkeitä ja niitä työstehtään musiikkiterapiassa. Esimerkki tällaisesta voisi olla jokin tärkeä musiikkikappale lapsuudesta, joka herättää ajatuksia, tunteita tai muistoja. Yksilö on luonut kappaleelle merkitysten joukon, jotka viriävät kappaletta kuunnellessa. Kappale symboloi tällöin jotakin. Kumpikaan näistä näkökulmista ei sulje toistaan pois. Musiikki voi välillä toimia terapiana, välillä se taas voi olla väline terapeuttiselle suhteelle. (Lilja-Viherlampi 2007, 103.)

Musiikki siis tietyllä tapaa johdattaa henkilön ”mielen näyttämölle”, inspiroi ja herättää mieli- ja muistikuvia sekä psyykkisiä prosesseja. Musiikin avulla voi käydä läpi elämän eri vaiheita ja musiikilla on parantava vaikutus. Musiikki toimii myös ”minän jatkeena” ja ihminen voi tehdä musiikillisessa toiminnassa sellaista psyykkistä työskentelyä, joka ei välttämättä muutoin olisi hänelle mahdollista. (Lehtonen 1989, 46).

3.2 Musiikkiterapia kehitysvammaiselle

Suomessa musiikkiterapia on kehittynyt erilaisista musiikin harrastus- ja viihde-toiminnoista, joita harjoitettiin kehitysvammaisten keskuslaitoksissa. Ensimmäisenä musiikkiterapeuttiset kokeilut aloitettiin Rinnekodin keskuslaitoksessa vuonna 1927, jolloin musiikilla jo oli tärkeä tehtävänsä vaikeavammaisten kuntoutuksessa. (Ahonen 2000.) Rissasen (2001) mukaan kuntoutustyön lähtökoh-tana on kuntoutujan kaikkien vahvuuksien ja voimavarojen tunnistaminen ja nii-den vahvistaminen elämänhallinnan ja -laadun tarpeisiin. Näin ollen kuntoutuk-sen kohteena ei ole sairaus, vika tai vamma, vaan ihminen kaikkine tarpeineen ja rajoituksineen.

Musiikkiterapiaa voidaan kutsua aktivoivaksi terapiamuodoksi, kun asia-kas pääsee itse vaikuttamaan terapiaprosessin etenemiseen, on motivoitunut, in-nostunut ja aktiivisesti mukana. (Ahonen 2000) Tällöin kysymys on niin sano-tusta virkistys- tai toimintaterapiasta. Aktivoivalla terapialla pyritään luomaan asiakkaalle myönteisiä kokemuksia, jotta hän tuntisi olonsa paremmaksi. ”Kun musiikkiterapiaa käytetään kasvatuksellisissa ja ohjauksellisissa tilanteissa, kou-luissa ja erityisopetuksessa, ollaan lähes aktivoivissa terapian muodoissa. Passii-vinen musiikkiterapia syntyy puolestaan tilanteessa, jossa musiikki tuodaan asi-akkaan ulottuville ja annetaan vaikuttaa, ilman että hän itse aktiivisesti osallistuu terapian kulkuun.

Kehitysvammaisten oppimiselle on tyypillistä hidas oppiminen (Ikonen 1998). Lisäksi kehitysvammaiset saattavat käyttää oppimisessa poikkeavia stra-

tegioita, erityisesti tiedon siirrossa ja prosessoinnissa (kertaaminen, mieleen painaminen, mieleen palautus). Sosiaalisessa toiminnassa kehitysvammaisilla esiintyy usein toimintarajoittuneisuutta tai kehityksen viivästyneisyyttä. He ovat usein epävarmoja, alttiita epäonnistumisille, riippuvaisia toisista ja yhteistyötaitoissa voi esiintyä vaikeuksia. (Runsas 1991) Näistä aiheutuvien haasteiden voittamiseksi pyritään hyödyntämään ohjaajan johdattamaa dialogista kanssakäymistä. Dialogi on erityinen keino tuoda ajattelu näkyville haasteiden vastaanottamisen kannalta turvallisessa ympäristössä, yhdessä kasvamisessa. Tunteiden käsittely kaikessa ohjauksessa on yksi tärkeä näkökulma. Kun antaa hiljaisuuden puhutella, koskettaa ihmistä, sen merkitys moninkertaistuu. (Ojanen 2000, 122-123.)

Tunteita tutkittaessa niiden on huomattu koostuvan kolmesta eri elementistä: subjektiivisesta kokemuksesta, kehollisista reaktioista sekä toiminnallisesta ilmaisusta (Eerola & Saarikallio 2010, 261). Myös musiikki saa aikaan emootioita, joista varmasti meillä jokaisella on jonkinlaista aikaisempaa kokemusta. Davis ym. (1999) arvioivat, että ihminen reagoi emotionaalisesti myös sellaiseen musiikkiin, jota hän ei ole aikaisemmin kuullut. Kaikki musiikki saa meissä aikaan jotakin liikettä – joko tunnetta tai fysiologista toimintaa. Musiikin vaikutukset ovat kokonaisvaltaisia ja voimallisia. Salimpoor ym. (2011) osoittavat tutkimuksessaan, että intensiivinen musiikista saatu mielihyvä voi laukaista mielihyvähormoni dopamiinin erittymisen. Dopamiini on myös hormoni, joka on yhteydessä älylliseen toimintaan – kääntäen innostuksen ja itseluottamuksen puute voivat olla merkkejä alhaisista dopamiinitasoista.

Kehitysvammaisten musiikkiterapian tutkimus painottuu vaikeasti ja syvästi kehitysvammaisten kohderyhmiin. Esimerkiksi Harald H. Goll (1994) kuvaa kehitysvammaisten kanssa tehtävää musiikkiterapiaa musiikin käytöksi sen laajimmassa merkityksessään, jolloin musiikin elementtejä ja siihen liittyvät ominaisuudet, kuten vibraatio, rytmi, toisto ja vaihtelevuus, voidaan niin sanotusti irrottaa musiikista ja yhdistää muuhun toimintaan. Tällöin musiikki tai sen elementit toimivat monella tavalla stimuluksena oppilaalle, jonka toimintakyky voi

olla erittäin vähäinen. (Goll 1994, 6.) (Romppanen 2001) vertaa laulujen laulamista tarinan kertomiseen ja keholliseen ilmaisuun. Laulun esittäjä tarjoaa samaistumiskohteen erityisesti asiakkaalle.

3.3 Tunteet ja vuorovaikutus

Musiikkiterapiassa lähtökohtana ovat asiakkaiden yksilölliset tarpeet. Musiikkiterapiassa oppiminen pohjautuu kokemuksellisuuden ja itsereflektion kautta tapahtuvaan oppimiseen; asiakkaan ja terapeutin välinen vuorovaikutussuhde pohjautuu dialogisuuteen, jolloin asiakkaalla on aktiivisempi rooli vuorovaikutuksessa. (Bruscia 1998, 177).

Musiikin aiheuttaman tunnereaktion voimakkainta muotoa on nimitetty ”värähtelyksi” ja musiikki vaikuttaa tunteisiimme tuomalla mieleen muita ääniä tai ajatuksia. (Eerola & Saarikallio 2010, 143.) Musiikin avulla voi myös sitoa erilaisia tunteita ja asiakas oppii ilmaisemaan ja jakamaan tunteitaan musiikin kautta siten, että hän voi kehittyä tunteiden itsehallinnassa pitkälle. Musiikin avulla asiakas voi löytää negatiivisillekin impulsseille sosiaalisesti hyväksytymän ja luovan kanavan, jolloin negatiiviset tunteet ja aggressio ei käänny asiakasta itseään vahingoittavaksi. (Ahoonon-Eerikäinen 1999.) Asiakkaan aggressiivinen käyttäytyminen musiikkiterapiassa onkin melko yleinen ilmiö ja se voi olla myös osa terapeutista prosessia. Useimmiten asiakkaan aggressio pukeutuu johonkin ilmiasuun, josta sen olemassaolon voi terapeutti havaita enemmän tai vähemmän tunnistettavasti. (Syvänen 1999. 101-113.)

Musiikki voi toimia vuorovaikutukseen stimuloijana, jolloin sitä käytetään apuna kontaktin saavuttamisessa (Ala-Ruona ym. 2007, 11.) Tällöin musiikki toimii vuorovaikutukseen motivoijana ja rohkaisijana. Musiikkia on kautta aikojen käytetty nostattamaan yhteishenkeä, vahvistamaan ryhmäytymistä, luomaan tai tukemaan kansallista identiteettiä, yhdistämään ihmisiä yhdeksi tai vaikuttamaan ihmisten ajatteluun, (Saarikallio 2010, 280). Musiikin vaikuttavuuteen vuorovaikutuksen mahdollistajana nähdään ainakin kaksi tekijää, joista toisen mukaan osallistuminen musiikillisiin aktiviteetteihin tapahtuu ennen kuin on opittu

puhumaan ja toinen, että musiikki on vetoavampaa kuin puhe ja vetoaa lapsiin, jotka ovat eristäytyneet ja välttävät tavallista kommunikaatiota. (Oldfield 1995, 228.)

Musiikkiterapian toiminnallisia menetelmiä voidaan käyttää myös yhdistettynä joihinkin muihin taiteen ilmaisutapoihin kuten esimerkiksi kuvataiteeseen, maalaamiseen tai piirtämiseen. Musiikkiterapian työskentelytapoja ovat lisäksi myös liikkuminen musiikin avulla tai innoittamana. Toiminnallisen musiikkiterapian avulla voidaan kehittää käden liikkeen tarkkuutta, koordinaatiokykyä, sarjallisuutta sekä rytmisyyttä. (Herrgård & Airaksinen 2004, 261.) Tutkimusten mukaan musiikilla voi olla myös emotionaalisia sisältöjä vahvistava vaikutus. Musiikkiterapiassa käytetäänkin usein musiikkia ohjaamaan emotionaalisia tai mielialojen muutoksia ja ilmaisukykyä. (Erkkilä 1996) Musiikkia voidaan käyttää myös oppimisedellytysten ja -prosessien kehityksen tukena (Wigram 2002, 31).

Koska kehitysvammaisten kuntoutukselliset tarpeet voivat olla hyvin monenlaisia ja laajoja, on merkityksellistä puhua myös moniammatillisesta kuntoutuksesta, jolla tarkoitetaan Salmisen ja Rintasen (2014, 36) mukaan kuntoutuksen eri kuntoutusosa-alueiden välistä asiantuntijoiden yhteistyötä. Keskustelun kysymysten asettelu on hienovaraista ja tekijää tukevaa. Vuorovaikutteisuus on yksi tärkeä osa musiikkiterapian mahdollistamaa prosessia.

Musiikkiterapian vaikutusmahdollisuuksia terapeuttisessa työskentelyssä sekä lasten että vaikeasti kehitysvammaisten kanssa on tutkittu. Esimerkiksi lasten musiikkiterapiassa todettiin olevan keskeistä vahvistaa laaja-alaisesti lapsen valmiuksia ja mahdollisuuksia vuorovaikutukseen, koska lapset oppivat ja kehittivät vuorovaikutuksessa toisten ihmisten ja ympäristön kanssa. (Saukko 2008, 12) Saukon tutkimukseen perustuen syntyy ajatus, että musiikkiterapia voi olla osana myös kehitysvammaisen kokonaiskuntoutusta seuraavista näkökulmista:

1. Vaikeasti kehitysvammaisen arvostava aito kohtaaminen. Otetaan huomioon erilaiset laaja-alaiset oppimisvaikeudet, aistirajoitteet sekä kehitysvammaisen psyykinen tukeminen, käyttäytymiseen liittyvät ongelmat,

sosiaaliset ongelmat mm. autistisia piirteitä omaavan kehitysvammaisen ohjaus ja kuntoutus.

2. Haastavien ahdistuksen tunteita herättävien tilanteiden kohtaaminen ja ratkaisujen löytäminen voimavaralähtöisesti kuntouttavia, musiikkiterapian mahdollistamia lähestymistapoja sekä menetelmiä hyödyntäen.
3. Musiikkiterapia kuntouttavana ja terapeuttisena lähestymistapana ohjauksessa. Tutustutaan musiikin mahdollistamiin pedagogisiin ja kuntouttaviin menetelmiin osana ohjausta ja kuntoutusta.

Vaikeasti kehitysvammaisen vuorovaikutukseen osallistumiseen vaikuttavat monet asiat, kuten kommunikointikyky, puhetta tukevat ja korvaavat menetelmät ja apuvälineet, erilaiset tilannetekijät ja toiminnan motivoivuus. Musiikkiterapia toimii usein erinomaisena vuorovaikutukseen aktivoivana ja innostavana välineenä. Vaikeasti kehitysvammaisen sisäistä maailmaa voisi eheyttää musiikkiterapian avulla. Yhteisöllisyys ja kuntoutusinterventioiden yhdessä tarkastelu on vaikeasti vammaisten henkilöiden musiikkiterapiassa tärkeää, koska terapian ja kuntoutuksen interventiot toteutetaan pääsääntöisesti moniammatillisessa yhteistyössä. Moniammatillisen reflektion ja kehittämisen optimitulos on enemmän kuin osiensa summa.

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tässä luvussa kuvaan tutkimuksen menetelmällisiä lähtökohtia sekä tutkimuskysymystä. Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata, miten musiikkia ja musiikkiterapeuttisia menetelmiä voi hyödyntää aikuisen kehitysvammaisen vuorovaikutuksen ja tunneilmaisujen tukemisessa.

4.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tarkoituksena on ymmärtää syvällisemmin, millaista hyvä arvostava kohtaaminen ja vuorovaikutus kehitysvammaisen kanssa voi onnistuessaan olla. Tämän vuoksi tutkimus päädyttiin toteuttamaan laadullisena tapaustutkimuksena. Tutkimuskysymyksenä oli aluksi:

1. Miten musiikkiterapia edistää vuorovaikutusta kehitysvammaisen aikuisen kanssa?
2. Millaisia kommunikoinnin välineitä musiikkiterapia voi antaa?

Laadullisessa tutkimuksessa on kuitenkin tavallista, että tutkimussuunnitelma saattaa muuttua prosessin edetessä. (Hirsjärvi ym. 2004, 155.) Esimerkiksi tässä tutkimuksessa varsinaiseksi tutkimuskysymykseksi muodostui, *millaista hyvää arvostava kohtaaminen ja vuorovaikutus kehitysvammaisen kanssa voi onnistuessaan olla.*

4.2 Tutkimuksen lähestymistapa

Tutkimus toteutettiin laadullisena tapaustutkimuksena. Sitä voidaan kutsua myös ymmärtäväksi tutkimukseksi, jossa ilmiötä voidaan siis joko ymmärtää tai pyrkiä selittämään. (Tuomi ym. 2009, 11.) Tapaustutkimus on tutkimusstrategia, jossa voidaan joustavasti hyödyntää erilaisia menetelmiä sekä aineistoja todellisuuden kuvaamiseen ja tutkimiseen. Tapaustutkimuksen kohteena on yleensä ilmiö eli tapaus, jota pyritään kuvaamaan mahdollisimman tarkasti. Tutkittavana tapauksena voi olla esimerkiksi yksilö, perhe, tapahtumasarja tai tilanne. Tapaus-

tutkimuksen pyrkimyksenä ei ole laadullisen tutkimuksen tapaan luoda yleistettävää tietoa, vaan ymmärtää syvällisemmin tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä. Tavoitteena on selvittää jotakin, mikä ei ole entuudestaan tiedossa, mutta vaatii tutkimista. (Saarela-Kinnunen & Eskola 2007, 186–188.)

Laadullisessa tutkimuksessa lähtökohtana on todellisen elämän mahdollisimman kokonaisvaltainen kuvaaminen (Hirsjärvi ym. 2004, 152). Laadullista tutkimusta toteutettaessa tutkijan on muistettava hypoteesittomuus, jolla tarkoitetaan ennako-oletuksien poissulkemista aineiston keruun sekä analysoinnin aikana. Tutkijalla, joka on itsekkin inhimillinen ihminen, on kuitenkin ennakkokäsityksiä ja -oletuksia tutkittavasta ilmiöstä. Tässä tutkimuksessa myös tutkijan ja tutkittavan sisaruussuhteella voi olla vaikutusta. Tämän vuoksi tutkijan on erityisen tärkeää pohtia omia käsityksiään ja tiedostaa oma subjektiivisuutensa jo ennen tutkimuksen aloittamista pystyäkseen mahdollisimman hyvin eliminomaan mahdolliset hypoteesit tutkimusprosessin ajaksi. (Eskola & Suoranta 1998, 17–18.)

Tutkimuksen validiteetilla ilmaistaan sitä, miten hyvin käytetty tutkimusmenetelmä mittaa juuri sitä, mitä tutkimuksen avulla on haluttu selvittää. Tutkimuksen reliabiliteetti puolestaan kuvaa, miten luotettavasti ja toistettavasti käytetty tutkimusmenetelmä mittaa kohteena olevaa ilmiötä. (Hirsjärvi ym. 2004, 213.) Tämän tutkimuksen validiteettia ja reliabiliteettia arvioitaessa on myös huomioitava tutkimuksen hyvin pieni otos ($N=1$), josta johtuen tutkimuksen tuloksiin vaikuttavat subjektiiviset tekijät (esim. tutkimustilanteeseen tuleminen ja tutkimusajankohtaan liittyvät muut tapahtumat) ovat hyvin merkittäviä ajatellen tutkimustuloksia. Tulosten luotettavuuden näkökulmasta tutkittavan kanssa keskusteltiin ja kysyttiin jokaisella tutkimuskerralla kuulumisia sekä keskusteltiin tutkimuspäivän aiemmista tapahtumista, jotta niiden mahdollista vaikutusta suhteessa tutkimuksen tuloksiin voitaisiin arvioida.

Tutkimustilanteessa on myös toinen tärkeä tutkimusmenetelmän luotettavuuteen ja toistettavuuteen vaikuttava tekijä, tutkijan kaksoisrooli paitsi tutkijana, myös tutkimuskohteen sisarena. Sisar-veli -suhteessa ja jälleen näkemisen

riemussa olevissa mukavan yhteisen toiminnan hetkissä ilmeni voimakasta innokkuutta olla yhdessä. Läheinen sisaruussuhde tutkijan ja tutkittavan välillä toimi mukanaan myös tunteita, joita tutkimuksessa pyrittiin huomioimaan, mikä kuitenkin voi vähentää tulosten objektiivista luotettavuutta.

Tutkimuksen empiirinen osa perustui havainnointiin ja vuorovaikutukseen. Havainnoinnin avulla saadaan välitöntä ja suoraa tietoa yksilöiden ja ryhmien toiminnasta ja käyttäytymisestä. Havainnointi soveltuu hyvin vuorovaikutuksen ja sellaisten tilanteiden tutkimiseen, joita on vaikea ennakoida ja joissa tilanteet ovat nopeasti muuttuvia. Havainnointi on toimiva menetelmä myös silloin, kun tutkittavilla henkilöillä on kielellisiä vaikeuksia. (Hirsjärvi ym. 2004, 202.)

Tavoitteita asettaessani otin pohjaksi erityispedagogisen ihmiskäsityksen, johon kuuluu neljä peruskäsitettä: ihmisarvo, integriteetti, itsemääräämisoikeus ja osallisuus. Ihmisarvolla tarkoitetaan sitä, että kaikki ihmiset ovat yhtä arvokkaita ihmisen ominaisuuksiin ja suorituksiin katsomatta. Integriteetti on ihmisen kokonaisvaltaista loukkaamattomuutta ja ihmisenfyysisen sekä henkisen puolen muodostaman ehjän kokonaisuuden arvostamista. Itsemääräämisoikeudella puolestaan tarkoitetaan ihmisen oikeutta olla itse aktiivisesti mukana vaikuttamassa omaan elämäänsä. Osallisuus on ihmisen oikeutta olla osana tavallista yhteisöä. (Hautamäki ym. 2001, 79–81.)

Tähän ihmiskäsitykseen peilaten pyrin tutkimuksessani hyödyntämään musiikkiterapeuttisia menetelmiä musiikkituokioissa, joiden yleisinä tavoitteellisinä teemoina oli vuorovaikutus ja yhdessä kokemisen ilo, joiden avulla voidaan rakentaa onnistuneita yhteisiä iloa tuottavia hetkiä musiikin tarjoamin mahdollisuuksin. Yhteisen musisoinnin tavoitteena oli tukea musiikista innostuvaa ja kiinnostuvaa kehitysvammaista veljeä, joka pystyy hämmästyttävän luovaan ja rakentavaan vuorovaikutukseen sisartensa kanssa.

4.3 Tutkimukseen osallistujat ja tutkimuksen kulku

Tutkimuksen kohteena oli vaikeasti kehitysvammainen Downin oireyhtymän omaava nuorin veljeni, jolle musiikki ja musisoiminen on ollut tärkeää koko elämän ajan. Hän on myös soittanut yhtyeessä, jossa musisoivat yhdessä ns. normaalit nuoret ja aikuiset. Nuoruusvuodet ovat jääneet taakse, ja nyt veljeni elääkin aikuisen elämää. Veljeni on 50-vuotias ja hän asuu asuntolayhteisössä ja käy päivisin työtoiminnassa toimintakeskuksessa. Vuosien mittaan läheltä veljeäni seuranneena olen havainnut, miten musiikki toimii hänelle merkittävällä tavalla erilaisten tunteiden tulkkina. Musiikki auttaa nostamaan esille niin ilon kuin surun tunteita. Näin myös niiden käsittely on luontevaa. Koska tutkittava henkilö oli vaikeasti kehitysvammainen, oli kommunikoinnin ja vuorovaikutuksen ymmärrettävyyttä tukemassa myös tutkittavan toinen sisar. Koska kehitysvammaisuus ilmenee usein juuri ymmärtämisen vaikeutena, oli eri tilanteiden tulkinna todella paljon apua tutkittavalle tutusta tukihenkilöstä.

Tutkimuksen aineisto kerättiin viisi kertaa järjestettyjen musiikkituokioiden yhteydessä. Musiikkituokioiden teemat oli suunniteltu ennalta pääpiirteittäin. Musiikkituokiot tallennettiin videolle ja jokaisen musiikkituokion yhteydessä pidettiin myös reflektointikeskustelut. Lisäksi jokaisen musiikkituokion yhteydessä pidettiin päiväkirjaa, jonka tarkoitus oli koota, kiteyttää ja jäsentää yhteisiä keskusteluja ja näkemyksiä käsiteltävistä aiheista.

4.3.1 Musiikkituokiot

Musiikkituokioihin sisältyi erilaisten musiikkiterapian menetelmien hyödyntäminen ja soveltaminen vuorovaikutustaitojen kehittämisessä ja toisaalta niiden käyttömahdollisuuksien arviointia erityisesti kehitysvammaisen aikuisen arjessa. Musiikkituokioiden ajankohdat ja menetelmät on kuvattu taulukossa 1.

TAULUKKO 1. Musiikkituokioiden ajankohdat ja käytetyt menetelmät

Tuokio	Ajankohta	Menetelmä
1	31.10.2020: 10.00-11.00	Soittaminen - Tuttujen kappaleiden soittamista yhdessä. Instrumenttina on piano ja veljeni instrumentteina ovat rummut. Minun ja veljeni vuorovaikutus tapahtuu musiikin avulla. Mukana ovat eleet ja ilmeet. Toiminnallinen musiikkiterapeuttinen tuokio etenee veljeni tarpeita ja toiveita huomioiden, alkaen hänen toimintatasoltaan edeten pienin askelin.
2	15.11.2020: 10.00-11.00	Musiikin kuunteleminen - Ennalta valittujen mielimusiikkikappaleiden kuunteleminen. Musiikkiterapeuttinen tuokio toteutettiin puhetta korvaavan ja tukevan, tunnepohjaisen ilmaisun sekä vuorovaikutuksen lähestymistavaksi.
3	29.11.2020: 12.00-13.00	Laulaminen yhdessä - Tuttujen laulujen laulaminen omasta lapsuudesta sekä nuoruudesta. Yhdessä laulamamme laulut valittiin spontaanisti musiikkituokion aikana
4	20.12.2020: 10.00-11.00	Kliininen improvisaatio - Toiminnallisissa menetelmissä näköaistiin ja havainnointiin vaikutettiin soitinten asettelun muuntelulla. Tällä tavoin rumpali joutui hahmottamaan erilaisia suuntia, etäisyyksiä ja muotoja. Lisäksi soiteltiin myös rytmisoittimilla. Soittamista esim. rytmisoittimilla toteutettiin monella tavalla. Veljeni soitti yhdessä kanssani, jolloin soittelimme rytmikkäästi esimerkiksi yhtäaikaisesti tai vastavuoroisesti.
5	17.1.2021: 12.00-13.00	Musiikki ja identiteetti - Muistot, ajan ja paikan alue, suhde kotiin ja perheeseen. Soittelimme ja lauloimme yhteisiin lapsuus- ja nuoruusmuistoihin liittyviä rakkaita musiikkikappaleita.

Musiikkituokioiden yhteydessä pyrittiin rohkeasti kokeilemaan myös uusia luovia musiikkiterapeuttisia menetelmiä ja ratkaisuja. Tässä yhteydessä voitiin myös vaihtaa erilaisia materiaaleja (valokuvia, videoleikkeitä ja rytmisoittimia). Musiikkituokioiden sisällöt muodostuivat seuraavanlaisiksi:

- Ensimmäisellä kerralla soitimme yhdessä veljeni kanssa musiikkikappaleita kuten Arvon mekin ansaitsemme, Taivas on sininen ja valkoinen, Kalliolle kukkulalle. Veljeni soitti rumpuja, sisareni soitti erilaisia rytmisoittimia ja minä pianoa. Tämän lisäksi juttelimme musiikista ja erityisesti veljeni CD-kokoelmista, joita on vuosien varrella kertynyt melkoinen määrä. soittelimme yhdessä tuttuja musiikkikappaleita, jotka valittiin yhdessä. Lisäksi jaoimme musiikillisia kokemuksia ja keskustelimme mitä musiikki käytännössä meille merkitsee.
- Toisella kerralla kuuntelimme yhdessä musiikkia veljeni toivelistan mukaan: Lähtevien laivojen satama, Paimenen syyslaulu. Pyrimme keskittymään musiikin kuuntelemiseen ja sen herättämiin reaktioihin ja tunteisiin.
- Kolmas kerta toteutettiin Teams-ohjelmiston välityksellä. Tällöin jokainen meistä sai esittää yhden toivelaulun, jonka lauloimme yhdessä. Lisäksi lauloimme yhdessä veljeni toivelauluja käyttäen tukena myös tukiviittomia: Tuiki tuiki tähtönen, iltaisin sua katselen, Pää, olkapää, peppu, polvet varpaat - jumppalaulu ja Hoosianna.
- Neljännellä kerralla kokeilimme kliinistä improvisointia rytmisoittimilla ja musiikkia laulamalla, soittamalla ja sanoittamalla. Tuttuja lauluja sanoitettiin uudelleen spontaanisti vuorotellen keksien yhteisestä musiikkituokion tunnelmista sanoitukset. Soittelimme vuorotellen improvisoiden erilaisia rytmejä. Käytössä oli tamburiini, palikat, kulkuset ja rummut. Lisäksi luotiin, kokeiltiin ja sovellettiin myös erilaista materiaalia. Näistä esimerkkeinä mainittakoon itse tehdyt rytmisoittimet.
- Viidennellä kerralla soittelimme, lauloimme lapsuutemme ja nuoruutemme liittyviä lauluja, jotka pääasiassa veljeni sai valita, kuten: Orvokkini tumma silmä ja Tiedän paikan armahan. Muistelimme samalla menneitä vuosia - lapsuutemme ja nuoruutemme aikaa.

Jokaisen tapaamisen aikana havainnoin veljeni osallistumista, keskittymistä ja innostumista musiikilliseen yhteistuuokioon.

4.3.2 Havainnointi

Havainnointia pidetään yleisenä laadullisen tutkimuksen tiedonkeruumenetelmänä. Havainnointi on perusteltu tiedonhankkimismenetelmä erityisesti, jos tutkittavasta ilmiöstä tiedetään hyvin vähän tai ei laisinkaan. Havainnoinnin muotoja ovat piilohavainnointi, havainnointi ilman osallistumista, osallistuva havainnointi ja osallistava havainnointi. (Tuomi ym. 2009. 81-83.) Kylmän ja Juvakan (2007, 98.) mukaan havainnointi on tärkeää suunnitella huolella. Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset määrittävät sen, mikä rakenne havainnoinnissa tarvitaan. Tässä opinnäytetyössä käytin sekä osallistuvaa että osallistavaa havainnointia. Toimin itse musiikkituokioiden vetäjänä, mutta olin myös mukana ryhmän jokaisessa toiminnallisessa tehtävässä enkä näin ollen pelkästään ohjannut ryhmää. Musiikkituokioiden tavoitteena oli toteuttaa osallistava myönteisen leppoisa tapaaminen musiikin parissa ja saada näin myös tietoa osallistujien kokemuksista. Jokaisesta musiikkituokiosta kirjasin itselleni muistiinpanoja ja jokainen osallistuja sai myös esittää havainnoita, ajatuksiaan, tunteuksiaan ja mielipiteitään musiikkituokioiden jälkeen.

Musiikkituokiot mahdollistivat tapaamisia erilaisten teemojen ja musiikki-terapian toiminnallisten menetelmien merkeissä. Musiikkituokioissa jaettiin avoimesti omaa osaamista ja kokemuksia. Tällöin myös veljen mielipiteet, toiveet ja ajatukset tulivat osaksi sisarten yhteistä kasvua ja kehitymisprosessia toimia yhdessä. Samalla saimme toinen toisiltamme uusia rikastuttavia näkökulmia omaan vuorovaikutus- ja ilmaisutapoihin. Yhteinen työskentely oli avointa, luontevaa ja ilman paineita tapahtuvaa positiivista kohtaamista. Kenenkään ei tarvinnut jännittää tai pelätä epäonnistumista. Tämä yhteen hiileen puhaltaminen tuotti myös mahdollisuuden heittäytyä mukaan luovasti ja nauttia yhdessä toimimisesta musiikin kannattelemana.

Musiikkituokioiden aikana kirjasin havaintojani. Lisäksi kunkin istunnon päätteeksi olen kirjannut päätelmiä seuraaviin teemoihin/kysymyksiin:

- Millaisia ajatuksia ja tunnelmia veljelläni oli ennen musiikkituokion alkua?
- Mitä musiikkiterapian toiminnallista menetelmää käytimme ja sovelsimme tänään?
- Mitä tapahtui ja miten tuokio toteutui? Millainen tunnelma oli veljelläni ja millainen minulla sisarena/ tuokion ohjaajana? Mitä ohjatun musiikkituokion aikana tapahtui, mitä havainnoin ja näin?
- Millaisia ajatuksia musiikkituokio minussa herätti? Millaisissa asioissa onnistuin, mitä olisin voinut tehdä toisella tavalla, mitä opin tästä seuraava kertaa ajatellen?
- Mikä oli musiikin ja musiikkituokioiden rooli ja mitä se tuotti?
- Millaista vuorovaikutusta musiikkituokioiden aikana syntyi? Syntyikö positiivinen, luottamuksellinen ja turvallinen yhdessä tekemisen ilmapiiri?
- Millaista oli veljeni vuorovaikutus ja tunnelmat musiikkituokion jälkeen?

Kirjausten tarkoituksena oli pyrkiä määrämuotoistamaan havaintoja, jotta niistä voisi hahmottaa suuntauksia.

4.3.3 Palautekeskustelut

Musiikkituokioita täydentävinä tukielementteinä olivat myös puolistrukturoidut palautekeskustelut, joihin liittyvät kysymykset löytyvät liitteestä 1. Ajatus oli käydä keskustelua kaikista musiikkituokioista samoilla alustavilla kysymyksillä. Keskustelu sai kuitenkin edetä vapaasti, mikä mahdollisti antoisan dialogin. Näin nämä elementit antoivat mahdollisuuden myös yhteiseen reflektointiin eri tapaamiskertojen välissä. Palautekeskustelujen yhteydessä kerätystä aineistosta voitiin nähdä kolme teemaa: vuorovaikutus, tunteet ja muistelu.

Toteutuksen kannalta avoin musiikkituokioiden keskusteluilmapiiri, oman osallistumisen reflektointi katsottiin vuorovaikutusta kannustavaksi sekä onnistuneeksi. Kaiken kaikkiaan vuorovaikutuksen aktivointiin liittyvät ideat olivat melko tavalla samansuuntaisia. Palautekeskusteluissa korostettiin myös yhteistyötaitoja ja ylipäätään yhdessä työskentelyä. Sisarukset toivoivat, että yhteistä

työskentelyä musiikkiterapian toiminnallisten menetelmien parissa jatkettaisiin jossakin muodossa myös tulevaisuudessa.

4.4 Aineiston analyysi

Analyysivaiheessa käytössäni oli kahdenlaista kirjallista materiaalia eli muistiinpanot havainnoinnista sekä palautekeskusteluista. Lisäksi olin tehnyt musiikki-tuokiosta videotallenteet. Analyysimenetelmäksi valitsin teemoittelun, joka on yksi laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmistä ja yksi sisällönanalyysin muoto (Tuomi & Sarajärvi 2009). Aluksi luin muistiinpanoja useaan kertaan ja pyrin saamaan kokonaiskuvan kerätystä materiaalista. Merkkasin tässä yhteydessä kaikki vähänkin mielenkiintoiset kohdat.

Analyysin tapahtui aineistolähtöisesti eli ilman varsinaisia etukäteisolettamuksia. Ajatukseni oli katsoa, millaiset teemat nousisivat esiin. Katsoin myös videotallenteita varmistaakseni havaintojani. Aluksi teemoja tuntui olevan hyvinkin paljon, mutta tutkimuksen kannalta oleellisiksi teemoiksi valikoituivat seuraavat: vuorovaikutuksellinen, tunteita ilmentävä sekä muisteluun liittyvä.

- Vuorovaikutuksellinen: ”Juttelu yhdessä on kivaa”
- Tunteita ilmentävä: ”Mää innostun, kun me yhdessä soitellaan ja laulellaan”
- Muisteluun liittyvä: ”Muistellaan, kun mä olin pieni lapsi yhdessä”

Lisää aineistolainauksia on liitteessä 2.

5 TULOKSET

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, millaista hyvä arvostava kohtaaminen ja vuorovaikutus kehitysvammaisen kanssa voi onnistuessaan olla. Tutkimuksen perusteella nähdään, että kohtaamisessa on hyvä olla elementtejä ainakin aidosta vuorovaikutuksesta, tunteista sekä muisteluista. Palautekeskustelujen aineistosta ja havainnoinnista nousi esiin seuraavat teemat: vuorovaikutuksellinen, tunteita ilmentävä sekä muisteluun liittyvä. (ks. taulukko 2). Seuraavassa tarkastelen näitä teemoja yhden kuvaavan esimerkkilainauksen kanssa.

TAULUKKO 2. Aineistosta esiin nousseet teemat

Vuorovaikutuksellinen	Laulut ja laulaminen antaa paljon niin laulajalle kuin kuulijallekin. Laulutuoquio on samalla vuorovaikutusta ja läsnäoloa, jossa välittyy koko tunnetila.
<i>"Juttelu yhdessä on kivaa"</i>	Aineiston perusteella näyttää, että kun musiikki on vahvasti mukana veljeni elämässä, se on väistämättä myös muovannut ja rakentanut hänen omaa minuitaan eli identiteettiään. Veljeni on sosiaalinen ja huumorintajuinen. Hän lähtee vuorovaikutukseen mukaan luontevasti. Innostuessaan hän myös käyttää yllättävänkin rikasta ilmaisua löytäen mainioita vanhoja sanoja ja hauskoja "sutjautuksia".

Tunteita ilmentävä	Ihminen voi kokea musiikin voimauttavana monenlaisissa tilanteissa. Veljeni vuorovaikutuksessa nousi esiin musiikin merkitys hänen kokiessaan jonkin asteista kaipautusta, surua tai mielihäpeää. Tunteiden käsitteleminen ja purkaminen musiikin kautta näkyi selkeästi veljeni rummuttellessa, laulaessa sekä reflektioissa. Joidenkin laulujen kohdalla liikutus vaikutti äänen käyttöön ja myös kyynelvet valui veljeni poskilla. Ilman musiikkia ilon ja surun tunteiden näyttäminen voisi olla haastavampaa, eikä tunteiden purkamista ja käsittelyä tapahtuisi ja kaikki tunteet saattaisivat patoutua sisälle.
<i>"Mää innostun, kun me yhdessä soitellaan ja laulellaan"</i>	Tutkimusaineiston perustella musiikki ohjaa hyvin erilaisia tunnetiloja. Havainnointi ja videoklipit toivat esille erilaisia tunnetiloja, kuten iloa, surua, rauhoittumista ja innostumista.

Muisteluun liittyvä	Musiikki voi liittyä ihmissuhteissa koettuihin tunteisiin monella eri tavalla. Musiikkiin liittyy muistoja elämän kaaren eri vaiheista. Musiikki on merkittävä osa veljeni arkielämää. Se juontaa juurensa myös entisiin ja nykyisiin ihmissuhteisiin. Musiikkimuistot on koettu eri elämänvaiheissa ja niihin liittyy tunteita laajalla skaalalla.
<i>”Muistellaan, kun mä olin pieni lapsi yhdessä”</i>	Veljeni lapsena kuulema musiikki ja siihen liittyvät muistot herättävät onnellisuuden ja turvallisuuden tunteita. Nämä musiikkimuistot ovat vahvasti kytköksissä perheeseen.

Musiikkitoiminnan ideana oli tuoda esiin mahdollisimman paljon veljeni omia ajatuksia, mikä toimikin tärkeänä ja arvokkaana reflektiopohjana koko toiminnalle. Kunkin musiikkituokion osalta nähtiin onnistumisen iloa ja oivalluksia musiikkituokioiden toteuttamisessa ja musiikin toimivuudesta vuorovaikutus- ja kommunikaatiotaitojen tukena.

- **Monipuolinen vuorovaikutusta innostava toiminta.** Koettiin, että vuorovaikutukseen innostavat tavat ja menetelmät ovat tärkeitä kehitysvammaisen henkilön osallisuudessa ja päivittäisessä toiminnassa. Lisäksi koettiin, että yhteiset keskustelutuokioiden antavat uusia ajatuksia ja toimintatapoja kehittää entistä toimivampia kommunikoinnin tapoja ja käytänteitä myös keskinäiseen vuoropuheluun.
- **Yhdessä tekemisen ilo.** Eräänä tärkeänä osa-alueena nähtiin sisarten välisen kanssakäymisen mahdollistaminen mm. luomalla ja ylläpitämällä entistä enemmän sellaista yhteistä mielekästä yhdessä tekemistä, joka tukisi myös kehitysvammaisen veljen osallisuutta, arkea ja hyvinvointia sekä selviytymistä vaihtelevista päivittäisistä tilanteista arjen toiminnoissa. Musiikin tuoma iloa ja sen välittämät tunteet tulivat myös esille yhteisen musisoinnin ääressä.

Saarikallion mukaan musiikki vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta toisiin yhdessä ollessa, mutta myös kuuntelijan ollessa yksin, sillä musiikki herättää muistoja läheisistä ihmisistä ja hetkistä yhdessä (Saarikallio 2009, 226). Musiikki on voimaannuttanut, lohduttanut sekä tuonut iloa yksin ollessa ja yhteisiin hetkiin.

Musiikki voi toimia myös kommunikaation välineenä toisen ihmisen kanssa. Kuten musiikista on ilmaistu, musiikki alkaa siitä missä sanat loppuvat. Musiikki siis yhdistää ihmisiä ja helpottaa kommunikointia ja vuorovaikutusta. Siihen voi myös liittyä samalla vahvasti myös muistot ja tunteet.

Musiikkituokiot ja musiikkiterapian toiminnalliset menetelmät välittivät arvokasta informaatiota siitä, millainen veljeni on. Esiin tulevat myös veljeni vahvuudet ja haasteet näissä vuorovaikutussuhteissa. Toiminnallisissa tuokioissa tuli selkeästi esiin veljeni aktiivisuus tehdä itse aloitteita, esittää omia toiveita ja yleensäkin olla aktiivisesti osallisena yhteisessä toiminnassa. Lisäksi myös hänen uskalluksensa heittäytyä toiminnallisiin musiikkituokioihin näkyi hänen rentona myönteisenä vastaanottavaisuutenansa. Lapsuuden ja nuoruuden muistoja herättävät musiikkikappaleet mahdollistivat myös liikituksen tunteiden purkautumista sekä niiden käsittelemistä yhdessä. Vuorovaikutus oli jokaisessa musiikkituokion loppuosassa vilkkaampaa ja vapautuneempaa. Veljeni otti myös omaehtoisesti aloitteita kertomalla ja yhdistelemällä tiettyjä musiikkikappaleita johonkin lapsuuden muistoon tai menneeseen tapahtumaan. Musiikkituokioiden alussa hänessä saattoi nähdä hieman jännittyneisyyttä, mutta toiminnallisten musiikkituokioiden edetessä hän vapautui ja osallistuminen oli iloisen rentoa. Vapautuminen näkyi hyvin veljeni kehon kielessä ja hänen otteessaan soittaa rumpuja tuoden soitteluun myös hänen omaa improvisaatiotaan. Soittelussa ja laulaessa veljeni ilmeistä ja kehon kielestä näkyi runsaasti iloisia ilmeitä ja ajoittain myös pientä humoristista kujeiluakin. Haasteina musiikkituokioiden toteuttamisessa oli sopivan ajankohdan valitseminen silloin, kun veljeni itse oli innostunut ja vireystila kohdallaan yhteisen musiikkituokion rakentamiseen. Joillakin musiikkituokiokerroilla keskittymiskyvyn herpaantuminen näkyi herkemmin. Tästä esimerkkinä olivat kaksi toiminnallista musiikkituokiota, jotka toteutettiin Covid-poikkeustilan vuoksi Teams-ohjelmiston välityksellä. Näiden tuokioiden onnistumisen kannalta olikin tärkeää, että sisareni toimi tällöin veljeni tukihenkilönä. Tuki ja toiminnan ohjaus olivat tarpeen musiikkituokioon liittyvissä siirtymäkohdissa.

Kehitysvammaisilla henkilöillä käyttäytyminen, vuorovaikutus ja oppimiseen liittyvät vaikeudet vaihtelevat suuresti. Oppimisvaikeuksien, käyttäytymisen ja kommunikoinnin vaikeuksien lisäksi kehitysvammaisilla henkilöillä ilmenee usein ongelmia sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Näin on tilanne myös veljelläni. Musiikkituokioiden jälkeen toteutetuissa reflektiokeskusteluissa veljeni kommunikaatio oli aktiivista ja myös näissä tilanteissa hän otti omaehtoisesti ja aktiivisesti puheenvuoroja kertoen, mistä lauluista tai soittelusta hän erityisesti piti. Veljeni toi myös jokaisella kerralla esiin, miten musiikkituokiot herättelivät kauniita muistoja menneisiin aikoihin lapsuuteen ja nuoruuteen sekä arkisiin yhteisiin puuhiin edesmenneiden vanhempien kanssa kotosalla. Yhteiset keskustelutuokiot sisälsivät iloa ja naurua, mutta myös kaipaukseen liittyviä herkkiä liikkumisen tunteita.

Tutkimuksissa on havaittu, että kommunikaatiosuhteella on keskeinen merkitys arvioitaessa esimerkiksi autististen henkilöiden vahvuuksia. Erityisesti silloin, kun pohditaan henkilöiden sosiaalisia taitoja, käyttäytymistä ja vuorovaikutusta, on välttämätöntä ottaa huomioon, millainen on arvioitsijan ja arvioitavan henkilön kommunikaatiosuhde. (Kontu 2004, 93) Tämä tutkimus on tietysti mielessä ainutkertainen, minkä vuoksi havainnointi jossakin toisessa tilanteessa voi antaa erilaisia vastauksia. Tästä tutkimuksesta ei sen vuoksi voida tehdä suoria yleistyksiä.

Turvallisen rauhalliset palautekeskustelutuokiot vahvistivat vammaisen veljen uskallusta kommunikoida rohkeasti ja tuottaa puhetta sekä omia mielipiteitä juuri hänelle ominaisella tavallaan. Lapsuudesta tutut ja tärkeät musiikkikappaleet toivat selvästi paljon merkityksellisiä muistoja veljelleni. Puheen tuottaminen muistelun parissa oli veljelleni merkittävää, jolloin motivaatio vuorovaikutukseen kasvoi selvästi.

Yksilölähtöisen ohjatun toiminnan kehittäminen, joihin sisarukset olivat musiikkituokioon tullessaan sitoutuneet, liittyi ajoittain luonnollisesti pientä epävarmuutta, mutta toisaalta myös paljon uusia ideoita, kokemuksia ja mahdollisuuksia. Tämän tyyppisten asioiden käsittely ja avoin keskustelu vaatikin riittävästi aikaa ja turvallisen ympäristön.

6 POHDINTA

Tässä luvussa kokoan vielä yhteen tutkimuksen keskeisimpiä tuloksia. Johtopäätökset ovat laadullisen tutkimuksen kannalta tärkeä osio, sillä niissä kootaan vielä kerran yhteen tutkimuksen tuloksia ja analysoidaan niiden merkitystä (Tuomi ym. 2009, 103). Lisäksi arvioin erillisissä osioissa tutkimuksen luotettavuutta sekä aihekenttää yleisellä tasolla. Merkittävää ja ajatuksia avartavaa tässä opinnäytetyöskentelyssä on ollut oman ammatti-identiteetin pohtiminen. Tällaiseen pohdiskeluun on liittynyt esimerkiksi oman työhistoriani, ammatillisen kokemukseni, vahvuuksieni sekä arvoperustani pohtiminen.

Kaiken kaikkiaan näen entistäkin tärkeämpänä musiikin merkityksen etenkin erityisopetuksessa. Musiikki ei ole ainoastaan oppiaine, jota voidaan opiskella, vaan se on tapa elää ja vaikuttaa ajattelutapoihin, mielen hyvinvointiin sekä valmiuksiin käsitellä erilaisia asioita. Sen vuoksi olisi tärkeää korostaa musiikin hyvin monenlaisia myönteisiä vaikutuksia ihmiseen. Tässä yhteydessä on mieluisaa todeta, että musiikkituokiot aktivoivat veljeäni myös muussa yhteydessä. Musiikkituokioita nauhoitettiin veljeni omalle mobiililaitteelle, josta hän saattoi katsoa yhteisiä hetkiä uudelleen ja toteuttaa itsenäisesti esim. rytmittelyä, laulamista sekä muistelemista musiikkitalenteiden avulla uudelleen. Palaaminen tällä tavoin uudelleen musiikkituokioihin tuntuukin olevan veljelleni tärkeää ja hyvin mieluista.

6.1 Johtopäätökset

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli ymmärtää syvällisemmin, millaista hyvä arvostava kohtaaminen ja vuorovaikutus kehitysvammaisen kanssa voi onnistuessaan olla. Oleellimmat havainnot olivat, että tutkimuksen musiikkituokiot kannustivat kehitysvammaisen veljeni osallistumaan aktiivisesti musiikkituokioiden palauteskeskusteluihin ja kasvattivat kehitysvammaisen veljeni motivaatiota oma-aloitteeseen vuorovaikutukseen. Tarkastelun kohteena oli alun perin

vuorovaikutus ja tunteet. Aineistosta nousi kuitenkin myös kolmas teema (muistelu), joka osaltaan oli oleellinen tekijä tunteiden ja niihin liittyvän keskustelun herättäjänä.

Musiikkituokioiden sisällöt oli koottu erilaisista musiikkiterapian toiminnallisista menetelmistä ja teemoista, joiden valintakriteerinä oli innostava käytännön läheisyys sekä osallisuus. Tällä haluttiin lisätä veljeni innostusta ja motivaatiota sekä toimintavapautta ja toisaalta antaa hänelle myös luovia yksinkertaisia toimintatapoja päivittäiseen toimintaan, arkeen ja vapaa-aikaan. Tarkoituksena oli myös tehdä ja oppia sisarten kanssa yhteistoiminnallisesti. Dialogiset positiiviset kokemukset ovat tärkeitä myönteisen muutosprosessin käynnistäjiä. Näyttäisi siltä, että ammatillinen asiantuntijuus on muuttumassa suuntaan, jossa asiantuntijankin on kyettävä astumaan dialogista kohtaamista mahdollistavan ”tietämättömyyden” alueelle. (Mönkkönen 2005, 296)

Musiikkiterapeuttisen kontekstin parissa työskentelevän olisi toiminnallaan viritettävä innostumisen tahtotila, jotta asiakkaan motivaatiota pystytään kehittämään ja tarpeen mukaan tukemaan pitkäjänteisesti. Asiakkaiden motivaatioon liittyvät ohjauksen ja yhteistyön haasteet koetaankin toisinaan haastavina kysymyksinä ja kehittämisen kohteina. Tällöin kysymys onkin juuri ilmapiirin nostattamisesta, monimuotoisesta yhteistoiminnan organisoimisesta sekä mahdollistamisesta, yksilökeskeisestä virityksestä, yksilön positiivisesta huomioonottamisesta ja kannustamisesta osana toiminnan kokonaisuutta.

Miten erilaisten sisarusten yhteistapaamisesta luotaisiin niin kiinnostavia ja haastavia yhdessä kohtaamisen tilanteita, että heillä olisi tahtoa ja rohkeutta kasvaa ihmisinä ja sitoutua myös vuorovaikutukseen toistensa kanssa? Entä myös silloin, kun yksi sisaruksista on kehitysvammainen? Tämä edellyttää yhteisen ajan ja paikan löytämistä luottamusta ja tärkeä luottamuksen kehittymiseen vaikuttava seikka on yhteinen jaettu onnistumisen ilo sekä kiinnostuksen kohde. Se voi olla esimerkiksi jokin jokaista sisarusta koskettava kiinnostuksen kohde, muisto tai tapahtuma, joka herättää emotionaalisia, joskus jopa ristiriitaisiakin

tuntemuksia. Nämä yhteiset kokemukset käynnistävät sisaruksissa erilaisia tarinoita, moniäänisyyttä, mikä sitouttaa kuuntelemaan ja ymmärtämään toinen toisiaan entistä paremmin.

Musiikillisen ilmaisun jäsentyminen näkyy usein asiakkaan aiempaa helpompana verbaalina itseilmaisuna sekä aiempaa tarkempana oman ajattelun ja tunteiden tutkimisena. Asiakkaan symbolisessa kyvyssä on tapahtunut tällöin kehitystä, jolloin ajattelun konkreettisuus on vähentynyt ja asiakkaan verbaalisuus ja dialogi ovat lisääntyneet. (Alanne 2014, 82) Olikin hienoa nähdä ja kokea, miten veljeni toi keskusteluun mukaan omia mielipiteitään ja ajatuksiaan. Koinkin merkityksellisenä veljeni kommunikoinnin ja vuorovaikutuksen aktivoitumisen tasavertaisena ryhmän jäsenenä.

6.2 Tutkimusprosessin eettisyys ja luotettavuus

Alkuvaiheessa tutkimukseni suunnittelua aiheen valinta oli jo sinällään eettinen kysymys. Tähän liittyi tutkimuksen hyötynäkökulmien ja tutkimuksen merkityksellisyyden pohtiminen. Aihetta ja näkökulmaa valitessani jouduin miettimään, kenen ehdoilla ja kenen hyödyksi tutkimusta tehdään. Prosessin edetessä minun oli tehtävä valintoja siitä, miten kerään tutkimusaineiston. Eettiset näkökohdat on aina mietittävä huolellisesti silloin, kun tutkimuksen kohteena on ihmistä. Koska tutkimuksen kohteenani oli kehitysvammainen, oli eettisesti tärkeää, että tutkittavalle annettiin tietoa tutkimuksesta tavalla, jonka hän pystyi mahdollisimman hyvin ymmärtämään.

Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista ja prosessin eri vaiheissa pyrin kunnioittamaan myös tutkittavan itsemääräämisoikeutta. Eettiseltä kannalta jouduin kuitenkin pohtimaan sukulaisuussuhteen avaamista jonkin verran. Päädyin siihen, että vaikka tutkimuksen kohteena on periaatteessa yksi henkilö, joka on yksilöitävissä sukulaisuussuhteen perusteella, hänen nimeään ei ole tuotu esiin. Yleisperiaatteenahan on, että tutkimukseen osallistuneiden ja julkaisussa mainittujen henkilöiden yksityisyyttä suojellaan. Tutkimuksen arvioinnin

kannalta on kuitenkin oleellista tietää, että tutkija ja tutkimuksen kohde ovat sisaruksia.

Vaikka tutkimusta tehdessä pyritään siihen, että tulokset olisivat mahdollisimman luotettavia ja päteviä, virheiden mahdollisuus on kuitenkin olemassa. Tästä syystä on tärkeää, että tutkija tarkastelee tutkimuksen luotettavuutta avoimesti. (Hirsjärvi ym. 2004, 226.) Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin voidaan liittää useita käsitteitä. Itse olen pohtinut luotettavuutta seuraavien neljän käsitteen kautta: uskottavuus, siirrettävyys, riippuvuus ja vahvistettavuus. Uskottavuudella viitataan tutkimukseen osallistuneiden henkilöiden riittävään kuvaukseen sekä tutkijan omaan arvioon aineiston todenmukaisuudesta. Siirrettävyys kuvaa tulosten siirrettävyyttä tutkimuksen ulkopuoliseen yhteyteen. Riippuvuus ottaa kantaa siihen, onko tutkimus toteutettu hyviä tutkimuksen periaatteita noudattaen. Vahvistettavuus kertoo, kuinka oikeutettuja tutkijan tekemät ratkaisut ja päätelmät ovat. Tästä syystä tutkijan on kuvattava työssään ratkaisujaan ja päättelyitään niin, että lukija pystyy seuraamaan ja arvioimaan sitä. (Tuomi ym. 2009, 135-139.)

Mielestäni nämä laadullisen tutkimuksen luotettavuutta kuvaavat teemat toteutuivat tässä tutkimuksessa. Tutkimuksen uskottavuuden kannalta oli tärkeää, että kuvasin tutkittavaa henkilöä, tein päiväkirjamerkintöjä sekä tutkimusmenetelmien että tulosten yhteydessä. Lisäksi käytin tulososiossa runsaasti suoria lainauksia. Tutkimukseen osallistuminen oli vapaaehtoista, mikä lisää tutkimuksen uskottavuutta. Eettiseltä kannalta jouduin pohtimaan sukulaisuussuhteen avaamista jonkin verran, koska tutkimuksen arvioinnin kannalta on kuitenkin oleellista se, että tutkija ja tutkimuksen kohde ovat sukulaisia. Ratkaisuna tähän oli se, että vaikka tutkimuksen kohteena on periaatteessa yksi henkilö, joka on yksilöitävissä sukulaisuussuhteen perusteella, hänen nimeään ei ole tuotu esiin.

Vaikka laadullisessa tutkimuksessa pyritään ymmärtämään syvällisemmin tiettyä ilmiötä, voidaan tuloksia silti pyrkiä laajentamaan ulkopuoliseen yhteyteen. Tämän tutkimuksen tulosten siirrettävyyden osalta on vielä hyvä tehdä jatkotutkimuksia, jotta nähdään, ovatko tulokset linjassa muun tutkimuksen

kanssa. Tutkimuksen osalta täytyivät myös riippuvuuden ominaisuudet, sillä tutkimuksessa käytettiin hyviä tieteellisen tutkimuksen periaatteita. Myös tutkimuksen päätelmät ovat vahvistettavissa, sillä tuloksia ei ole yleistetty, vaan ne kuvaavat ainoastaan osallistujan kokemuksia. Luotettavuuden kannalta onkin tärkeää, että tutkijan tekemät kuvaukset, käsitteellistämiset sekä tulkinnat vastaavat tutkittavan käsityksiä (Vilkkä 2015, 196).

6.3 Pohdinta jatkoa varten

Onnistunut musiikkiterapeuttisen menetelmän käyttö edellyttää terapeutin ja asiakkaan viestintä-, opettamis- ja oppimistyylien välille tietynlaista samankaltaisuutta. Ihmisille on ominaista, että he käyttävät aistejaan eri tilanteissa persoonallisella juuri heille ominaisilla tavoilla. Musiikkiterapeuttisen ympäristön tulisi olla sellainen, että se tarjoaa mahdollisuuden asiakkaalle edetä omaan tahtiin tukien hänen vahvuuksiaan ja motivaatiansa. Terapeutin rooli on tukea asiakkaan omaa ajattelua ja oppimista silloin, kun asiakkaan omat taidot eivät riitä. Terapeutin tuki ja ohjaus on tarpeen myös silloin, jos asiakkaan on vaikea itse hahmottaa omaa ohjauksen ja tuen tarvettaan tai tietää, millaista ohjausta tai tukea on prosessin aikana tarjolla. Tällainen tilanne saattaa useinkin olla kehitysvammaisella henkilöllä, jolla on haastavaa tiedostaa tai ilmaista itseään koskevissa asioissa. Toimiva ja hyvä yhteistyö edellyttää toimintatapoihin liittyvien arvojen ja periaatteiden jäsentämistä, joihin yhteistoiminta perustuu. Yhteisön halu hyväksyä erilaisuutta, vallitsevat asenteet ja arvot sekä toiminnan periaatteet tulisi olla näkyvää. (Engeström 2006, 18)

Musiikkiterapia on ollut kehitysvammaisille yksi parhaimmista terapia-muodoista, koska siihen ei tarvita sanoja – kehon kieli, eleet ja ilmeet kertovat usein enemmän. Kehitysvammaisten musiikkiterapiassa korostuvat asiat, jotka liittyvät oppimiseen ja kehitykseen. Harvoin tavoitteena on toiminnantason palauttaminen tai ongelmien emotionaalinen tiedostaminen. Yleensä paneudutaankin esimerkiksi päivittäisten taitojen oppimiseen ja vahvistamiseen, aistien ja

huomiokyvyn kehittämiseen sekä oman kehon hallintaan. Ahosen (2000) mukaan kehitysvammaisten musiikkiterapia voidaan jakaa kliiniseen ja pedagogiseen terapiaan. Hänen mukaansa musiikilla voi olla kehitysvammaisille merkitystä muun muassa tiedon antajana, oppimiseen innostavana, itsen ja ympäristön hahmottamisen tukena. Toiminnoissa ja asioiden käsittelyssä nonverbaalinen toimintaa nousee esiin, koska tunteiden erittely, ilmaisu ja tunnistaminen ovat vaikeita monille asiakkaille. Kehitysvammaiset asiakkaat ovat aitoja, avoimia, ja luottamus syntyy usein nopeasti musiikkiterapiassa. (Ahonen. 2000, 258-267.)

Kokonaisvaltaisen kehittymisen tukeminen alkaa asiakkaan kehittymiseen liittyen yksilöllisten haasteiden ja vahvuuksien tunnistamisesta. Erityisesti silloin, kun asiakkaalla on kehityksen etenemiseen liittyviä pulmia ja vaikeuksia ei ns. spontaani kehittyminen aina mahdollista oppimista ja haluttua tulosta. Tällöin yhteistyössä suunniteltu ja järjestelmällisesti toteutettu ohjaus voi olla hyvä mahdollisuus auttaa asiakkaita tavoitteen määrittelyssä ja yleensäkin elämässä eteenpäin. Hyvä suunnittelu perustuu yhteisen työskentelyn ohella ammattihenkilöstön muodostamaan käsitykseen ja havainnoiteihin asiakkaasta erilaisissa tilanteissa, samoin asiakkaan omakohtaiset näkemykset on tärkeä huomioida. Yhteenvedona voidaan todeta, että asiakkaan kohtaaminen ja ohjaus on merkittävää sekä asiakaslähtöisen ohjauksen kehittäminen on kaikkien toimijoiden yhteinen tehtävä. (Lätti & Putkuri 2009, 18)

*Kerro minulle
niin unohdan
opeta minua
niin muistan
ota minut
mukaan ja
opin.*

Benjamin Franklin

LÄHTEET

- Ahonen, H. (2000). *Musiikki sanaton kieli – musiikkiterapian perusteet* (3. painos).
Vantaa: Oy Finnlectura Ab.
- Ahonen-Eerikäinen, H. (1999). *Samalle aaltopituudelle*. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Alanne, S. (2014). *Musiikkipsykoterapia – Teoria ja käytäntö*. Oulun yliopisto.
Lääketieteellinen tiedekunta. Väitöskirja
- Ala-Ruona, E., Saukko, P. & Tarkki, A. (2007). *Musiikkiterapiapalvelut*. Jyväskylä:
Suomen musiikkiterapiayhdistys.
- Bojner-Horwitz, E. & Bojner, G. (2007). *Mielihyvää musiikista*. Helsinki: WSOY.
- Bruscia, K. (1998). *Defining Music Therapy*. Gilsum, NH: Barcelona Publishers
- Goll, P. (1994). *Special Educational Music Therapy with Persons who have
Severe/Profound Retardation: Theory and Methodology*. New York: Peter Lang.
- Davis, W. B., Gfeller, K. E. & Thaut, M. H. (1999). *An Introduction to Music
Therapy. Theory and Practice* (2. painos). Boston: McGraw-Hill.
- Eerola, T. & Saarikallio, S. (2010). Musiikki ja tunteet. Teoksessa J. Louhivuori &
S. Saarikallio (toim.) *Musiikkipsykologia* (s. 259–279). Jyväskylä: Atena.
- Engeström, Y. (2006). *Kaksikäätinen asiantuntijaorganisaatio*.
Kansanterveyslaitoksen julkaisuja B, 2/2006. Helsinki.
- Erkkilä, J. (1996). *Musiikki ja tunteet musiikkiterapiassa. Musiikin emotionaalisten
vaikutusten kolmidimensiomalli*. Hankasalmi: Havusalmen kirjapaino.
- Erkkilä, J. & Rissanen, P. (2008). Taiteet ja kuntoutuminen. Teoksessa P.
Rissanen, T. Kallanranta & A. Suikkanen (toim.), *Kuntoutus*. Helsinki:
Duodecim.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere:
Vastapaino.
- Hautamäki, J., Lahtinen, U., Moberg, S. & Tuunainen, K. (2001).
Erityispedagogiikan perusteet. Helsinki: WSOY.
- Herrgård, E. & Airaksinen, E. (2004). Tarkkaavaisuus- ja oppimishäiriöt.
Teoksessa M. Sillanpää, E. Herrgård, M. Iivanainen, M. Koivikko & H.
Rantala (toim.), *Lastenneurologia* (s. 241-269). Helsinki: Duodecim.

- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2004). *Tutki ja kirjoita*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Ikonen, O. (1998). Oppimisesta. Teoksessa O. Ikonen (toim.), *Kehitysvammaisten opetus: mitä ja miten?* Helsinki: Kehitysvammaliitto.
- Kaski, M., Manninen A. & Pihko, H. (2012). *Kehitysvammaisuus*. Sanoma Pro Oy, 5. uudistettu painos.
- Kerola, K., Kujanpää, S. & Timonen, T. (2009). *Autismin kirjo ja kuntoutus*. WS Bookwell.
- Koivikko, M. & Autti-Rämö, I. (2006). *Mitä on kehitysvammaisten hyöä kuntoutus?* Duodecim; 122: 1907-1912.
- Kontu, E. (2004). *Mielen ja musiikin ikkunat autismiin: Mielen teoria ja kommunikaatiosuhde – tapaustutkimuksia*. Helsingin yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja.
- Kylmä, J. & Juvakka, T. (2007). *Laadullinen terveystutkimus*. Helsinki. Edita
- Lehikoinen, J. (2020). Erityishuolto ja vaikeammin vammaisten kuntoutus luennot 5.9.2020
- Lehtonen, K. (1989). Mitä musiikkiterapia on? Teoksessa Lehtonen, K. (toim.), *Musiikki terveyden edistäjänä*. Juva: WSOY.
- Lehtonen, K. (2011). Musiikki ja mielikuvat. Teoksessa Lilja-Viherlampi (toim.) *Ihminen ja musiikki. Musiikillisen vuorovaikutuksen ulottuvuuksia*. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 57.
- Lilja-Viherlampi, L-M. (2007). *"Minunkin sisällä soi!" – musiikin ja sen parissa toimimi-sen terapeuttisia merkityksiä ja mahdollisuuksia musiikkikasvatuksessa*. Turun yliopisto. Kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja.
- Lätti, M. & Putkuri P. (2009) (toim.). *Löytöretki aikuisohjauksen maailmaan – kokemuksia ja käytänteitä ammattikorkeakouluista*. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.
- Mönkkönen, K. (2001). Kun kumpikaan ei tiedä. Yhteistoiminnallisuus ja dialogisuus auttamistarinoiden retoriikassa. *Yhteiskuntapolitiikka*, 66 (5), 432-447.

- Mönkkönen, K. (2005). Toiminnallinen vaikuttaminen – maallikkous vuorovaikutuksen energialähteenä. Teoksessa M. Nylund & A. B. Yeung (toim.), *Vapaaehtoistoiminta: anti, arvot ja osallisuus*. Tampere: Vastapaino.
- Ojanen, S. (2000). *Ohjauksesta oivallukseen. Ohjausteorian kehittelyä*. Saarijärvi: Palmenia-kustannus.
- Oldfield, A. (1995). Communicating Through Music: The Balance Between Following and Initiating. Teoksessa T. Wigram, B. Saperston. & R. West (toim.), *The Art & Science of Music Therapy* (s. 226-237). A Handbook. Amsterdam: Harwood Academic Publishers.
- Rissanen, P. (2001). Terapiaa vai kuntoutusta. Teoksessa T. Kallanranta, P. Rissanen & I. Vilkkumaa (Toim.), *Kuntoutus*. Helsinki: Duodecim.
- Romppanen, M. (2001). "Satumaa on ihmisen sielussa": tutkielma laulun terapeuttisen käytön ulottuvuuksista Satumaa-tangon kuuntelukokemusten pohjalta. [Pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto].
- Runsas, R. (1991). Erityisopetus suomalaisessa koulujärjestelmässä. Teoksessa R. Runsas (toim.) *Lasten erityishuolto ja -opetus Suomessa* (s. 45–133). Helsinki: Lastensuojelun Keskusliitto.
- Saarela-Kinnunen, M. & Eskola, J. (2007). Tapaus ja tutkimus = tapaustutkimus? Teoksessa J. Aaltola & R. Valli (toim.). *Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineiston keruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. Juva: WS Bookwell Oy.
- Saarikallio, S. (2009). Musiikki ja nuoren psykososiaalinen kehitys. Teoksessa J. Louhivuori, P. Paananen & L. Väkevä (toim.) *Musiikkikasvatus: näkökulmia kasvatukseen, opetukseen ja tutkimukseen*. Jyväskylä: Suomen musiikkikasvatusseura – FiSME r.y, 221–231.
- Saarikallio, S. (2010). Musiikin tunnenerkitykset arkielämässä. Teoksessa J. Louhi-vuori & S. Saarikallio (toim.), *Musiikkipsykologia* (s. 279–293). Jyväskylä: Atena.
- Salimpoor, V., Benovoy, M., Larcher, K., Dagher, A., Zatorre, R. J. (2011). Anatomically distinct dopamine release during anticipation and

experience of peak emotion to music. *Nature Neuroscience* Vol. 14, Iss. 2 (Feb 2011): 257-262.

Saukko, P. (2008). *Musiikkiterapian tavoitteet lapsen kuntoutusprosessissa*.

Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, Studies in Humanities 112.

Suomen musiikkiterapiayhdistys ry. (2017, 22. kesäkuuta).

<http://www.musiikkiterapia.net>

Syvänen, K. (1999). Aggressiivinen musiikki musiikkiterapiassa. Teoksessa J.

Erkkilä & K. Lehtonen (toim.). *Musiikkiterapian monet kasvot*. Suomen musiikkiterapiayhdistys r.y. Jyväskylä. 101-113.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2009). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Helsinki: Tammi.

Wilson, G. 1997. *Esittävän taiteen psykologia*. Kuopio: Puijo.

Vernerinet. (2021, 4. heinäkuuta). Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta.

<https://verneri.net/yleis/sosiaalinen-nakokulma>

Vilkka, H. (2015). *Tutki ja kehitä*. Jyväskylä: PS-kustannus.

Wigram, T. (2002). *Comprehensive Guide to Music therapy: Theory, Clinical practice, Research and Training*. Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers

LIITTEET

Liite 1. Musiikkituokion arviointi ja havainnointi

Musiikkituokion arviointi

Nimi _____

Aika _____

Meillä on ollut yhteinen musisointituokio ja nyt on kokemusten arvioinnin palautteen aika. Jutellaan hetki toteutuksesta ja yhdessä työskentelystämme seuraavien kysymysten pohjalta:

1. Mitä mieltä olet musatuokiosta ja yhdessä toimimisesta?

2. Mielipiteesi tuokiosta
 - a. Kuvaile, miten osuvia ja onnistuneita musatuokion toiminnalliset menetelmät olivat sinulle (kun soiteltiin, laulettiin yhdessä)

 - b. Kuvaile, miten me toimittiin yhdessä ja miten innostunut olit ja miltä se sinusta tuntui

3. Millaisia tunteita tai ajatuksia sinulla oli ja miten ne tulivat esiin (tuliko sinulle hyvä mieli vaiko iloinen tai surullinen mieli? Naurattiko tai itkettikö sinua?)

4. Kerro, millaista oli jutella ja miten sinun mielipiteitäsi, ajatuksiasi tai toiveitasi otettiin huomioon?

Ympyröi yksi tämänhetkistä tunnelmaa parhaiten kuvaava ilmeesi



Kiitokset ajatuksistasi!

Liite 2. Musiikkituokioiden reflektoinnin aineisto

Lainaus	Vuorovaikutus	Tunteet	Muistelu
"Musiikkileiri on kivaa siskojen kanssa."		X	
"Meillä on oma siskopänti."	X		
"Oli kiva, kun --- oli mukana musailussa."		X	
"Mitätitäänkö, mitä kivaa soitellaan taas yhdessä."	X		
"Juttelu yhdessä oli kivaa."			X
"Muisteltiin myös isävaaria ja mummua."			X
"Ku lauletaan lasten lauluja, mää olin silloin ihan piäni poika"			X
"Mää tuun hyvälle tuulelle musiikkituokioissa."		X	
"Kato Leena, mulla on Sonaattivihko mukana."	X		
"Mää saan apua kun mää tarviin."	X		
"--- auttaa mua siirtään rumpuja ja lautasia."	X		
"Muistettiin tulla ajoissa paikalle, ei vitkutella myöhässä"	X		
"Mää innostun, kun me yhdessä soitellaan ja laulellaan."		X	
"Mää otan huamenne mukaan mun uuren Ceeree-levyni. Kuunnellaan sitten sitä."	X		
"Mää nautin ja otan rennosti, ei tarte jännittää mitään."		X	
"Mää otan mun sonaattivihkon ja Pongon rummut huamena mukaan. "	X		
"Mää mokasin mut ei se haittaa"		X	
"Mua oikeen naurattaa, kun tää on niin hauskaa."		X	
"Leena kyselee multa ja mää vastaan, Leena kirjottaa vihkoon ja sitten mitätitään yhdessä."	X		
"Musiikkileirille on kiva tulla ja mä tuun hyvälle mielelle."		X	
"Mää soittelin eilen tabletilla omassa boksissa"	X		
"Tää on rentoo ja mua virkistää"		X	
"Mulla olisi semmosta asiaa, että mää toivon lisää tätä."	X		
"Tehdään näitä musiikkileirejä pikkulomilla huamenna lisää"	X		
"Otetaan syksylläkin taas musiikkileiri ja rummut mukaan, jooohan?"	X		
"Mulla olisi semmosta asiaa, että mää tykkään, kun mää pääsen musisointiin"	X		
"--- tykkää musailusta"	X		
"Kato Leena, mää otin maraksassit mukaan, kato tämmöset".	X		
"Juu mää nään Leenan kuvan ja kohta lauletaan taas."	X		
"Yhdessä laulaminen on kivaa"		X	
" Mää tuun huomennakin soitteleen, jooohan?"	X		
"Tykkään laulaa ja soitella siskosten kanssa"	X		
"Muistellaan kun mää olin pieni lapsi yhdessä"			X
"Yhdessä kuorossa laulaminen on kivaa"	X		
"Mua välillä itkettää, kun tulee ikävä isä-vaaria"		X	
"Soitetaanko mun biisi seuraavaks: yks kaks, kol.."	X		
"Näinkin me voiraan soitella tiatokoneella"	X		
"--- se tahtoo piiriin, tittan tattan tallallei"		X	
"Katotaanko kohta taplettia ku mää soitin siellä?"	X		
"Mun tapletilla on musiikkileiri hei!"	X		
"Jutellaan taas yhdessä, Leena kirjottaa vihkoon ja haetaan kahveeta"	X		
"Ei ku, ei nymmää soitin väärin - he heh"	X		
"Kato tää meni komeesti"	X		
"Kato - hauskaa musiikkileiriä tapletilla!"	X		